

**GAMBARAN *COPING STRESS* IBU BEKERJA
YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS**



Ketut Dayana Gita Permatasari

1125163991

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2020

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Gambaran *Coping Stress* Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Nama Mahasiswa : Ketut Dayana Gita Permatasari
NIM : 1125163991
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 7 Agustus 2020

Pembimbing I



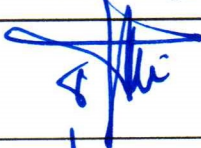
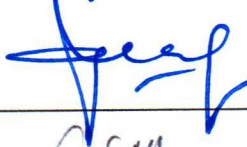


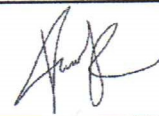
Mira Ariyani, Ph.D
NIDN. 0001127504

Pembimbing II



Santi Yudhistira, M.Psi
NIDN. 0018088708

Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Penanggungjawab)*		25/08/2020
Dr. Gumgum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		25/08/2020
Prof. Dr. Burhanuddin Tola (Ketua Penguji)***		21 Agustus 2020
Herdiyan Maulana, Ph.D (Anggota)****		21 Agustus 2020
Vinna Ramadhany Sy, M.Psi (Anggota)		21 Agustus 2020

Catatan:

*Dekan FPPsi

**Wakil Dekan I

***Ketua Penguji

****Dosen Penguji selain pembimbing

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Ketut Dayana Gita Permatasari

NIM : 1125163991

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Gambaran Coping Stress Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret 2020 sampai dengan bulan Juli 2020.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 3 Agustus 2020

Yang Membuat Pernyataan



Ketut Dayana Gita Permatasari

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Tidak ada kata terlambat sebelum mencoba untuk memulainya.

Berusaha dan berdoa kunci segalanya ”

Skripsi ini saya persembahkan untuk Papa, Mama, Kakak Pertama, Kakak Kedua, Kakak Ketiga, seluruh keluarga besar, serta semua teman-teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Terima kasih sudah memberikan dukungan dan semangat yang tiada hentinya.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ketut Dayana Gita Permatasari
NIM : 1125163991
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi/Psikologi
Alamat email : ketutdayanagita@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah;

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Gambaran *Coping Stress* Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 3 September 2020

Penulis

(Ketut Dayana Gita Permatasari)

KETUT DAYANA GITA PERMATASARI
GAMBARAN *COPING STRESS* IBU BEKERJA
YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi,
Universitas Negeri Jakarta, 2020

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai *coping stress* pada ibu bekerja yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Seorang ibu bekerja yang memiliki anak berkebutuhan khusus akan dihadapkan pada dua tuntutan peran, yaitu mengurus anak mereka yang berkebutuhan khusus dan melakukan pekerjaan di kantor. Kondisi tersebut dalam memicu timbulnya stres pada ibu bekerja. Dalam menghadapi stres yang dialami, individu akan menanggulangnya dengan melakukan coping. Coping terdiri dari dua jenis yaitu, *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tipe studi kasus. Subjek dalam penelitian terdiri dari 2 orang ibu bekerja yang memiliki anak berkebutuhan khusus. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa Subjek I dan Subjek II menggunakan gabungan *coping stress* jenis *problem focused coping* dan *emotional focused coping*.

Kata Kunci: *coping stress*, ibu bekerja, anak berkebutuhan khusus

KETUT DAYANA GITA PERMATASARI

COPING STRESS ON WORKING MOTHERS
WHO HAVE CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

Skripsi

Jakarta: *Psychology Study Program, Faculty of Educational Psychology,*
State University of Jakarta, 2020

ABSTRACT

This study aims to provide an overview of coping stress in working mothers who have children with special needs. A working mother who has a child with special needs will be faced with two role demands, caring for their children with special needs and doing work in the office. This conditions triggering the onset of stress in working mothers. In dealing with stress experienced, individuals will overcome with coping. Coping consists of two types, problem focused coping and emotional focused coping. This study uses qualitative methods with the type of case study. Subjects in the study consisted of 2 working mothers who have children with special needs. Based on the results of the study it can be seen that Subject I and Subject II use a combination of coping stress types of problem focused coping and emotional focused coping.

Keywords: *coping stress, working mothers, children with special needs*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena dengan nikmat, rahmat, dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran *Coping Stress* Ibu Bekerja Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus” dengan baik.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. Sejak awal penyusunan skripsi ini hingga terbentuknya suatu karya ilmiah yang utuh dibutuhkan proses yang tidak mudah. Namun, hal tersebut dapat terlewati dengan adanya peran serta orang-orang di sekitar penulis yang selalu memberi dorongan dan dukungan hingga skripsi ini tersusun.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang ikut membantu dalam penulisan skripsi ini, terutama kepada:

1. Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si selaku Wakil Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Phil Zarina Akbar, M.Psi selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku dosen pembimbing kesatu yang telah membimbing, memberi masukan, meluangkan waktu dan tenaga, serta dukungan dalam membantu penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Santi Yudhistira, M.Psi selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan masukan dan dukungan bagi penulis.
6. Ibu Dwi Kencana Wulan, M.Psi selaku dosen penasehat akademik penulis
7. Seluruh dosen beserta staff administrasi Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu penulis selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

8. Ibu T dan Ibu AS yang telah meluangkan waktunya sebagai subjek dalam penelitian ini.
9. Papa dan Mama yang telah mendidik penulis sejak kecil hingga dapat menyelesaikan pendidikan sampai Perguruan Tinggi dengan membiayai kuliah, memberikan doa, limpahan kasih sayang, motivasi, dan saran baik secara moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya.
10. Putu Datika, Made Dwita, Komang Dafitra, Rifqi Averouza, Dewir, Hijrah Martiawan selaku kakak dan kakak ipar dari penulis yang telah banyak membantu dan mendukung sejak awal penyusunan skripsi. Muhammad Fachri yang telah menemani penulis di saat sedih, susah, dan senang.
11. Seluruh keluarga besar Tegalan dan Bali yang selalu memberikan semangat, perhatian, dan doa kepada penulis.
12. Emily Safitri, Ritia Caunia, Cut Nurul Huda, Kamilia Ramadhanty, Rahadita Rifianti, dan Shafira Permata Ayunda, yaitu teman-teman GC yang selalu memberikan dukungan dan menghabiskan masa-masa selama di perkuliahan.
13. Teman-teman Kelas G-2016 yang selalu menemani hari-hari penulis saat di perkuliahan.
14. Keluarga besar Psikologi angkatan 2016 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas dukungan dan tawa selama masa perkuliahan.
15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Namun, penulis berharap semoga Allah SWT selalu memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada kalian semua.

Akhir kata, terima kasih banyak kepada pihak-pihak yang telah membantu. Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Semoga Allah SWT memberi keberkahan kepada kita semua. Amin Ya Allah Ya Rabbal Allamin

Jakarta, 3 Agustus 2020

Ketut Dayana Gita Permatasari

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	10
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
BAB II KAJIAN TEORETIK	
2.1 Anak Berkebutuhan Khusus	11
2.1.1 Pengertian Anak Berkebutuhan Khusus	11
2.1.2 Jenis-jenis Anak Berkebutuhan Khusus	12
2.1.3 Sebab-sebab Anak Berkebutuhan Khusus	13
2.1.4 Terapi Anak Berkebutuhan Khusus	18
2.1.5 Cara Menangani Anak Berkebutuhan Khusus	20
2.2 Ibu Bekerja	21
2.2.1 Dampak Ibu Bekerja.....	22
2.3 <i>Coping Stress</i>	24

2.3.1 Pengertian <i>Coping Stress</i>	24
2.3.2 Jenis-jenis <i>Coping Stress</i>	24
2.3.3 Aspek <i>Coping Stress</i>	25
2.3.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i>	26
2.3.5 Fungsi <i>Coping Stress</i>	27
2.4 Kajian Penelitian Yang Relevan.....	28
2.5 Kerangka Berpikir	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Subjek Penelitian.....	32
3.1.1 Karakteristik Subjek Penelitian	32
3.1.2 Jumlah Subjek	33
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	33
3.3 Pendekatan Penelitian.....	34
3.3.1 Tipe Penelitian.....	35
3.4 Metode Pengumpulan Data	36
3.4.1 Wawancara	36
3.5 Alat Pengumpulan Data.....	37
3.5.1 Pedoman Wawancara	37
3.5.2 Alat Perekam	38
3.6 Prosedur Pengumpulan Data	39
3.6.1 Tahap Persiapan	39
3.6.2 Tahap Pelaksanaan	39
3.7 Prosedur Analisis Data	40
3.8 Pemeriksaan atau Pengesahan Data (Triangulasi).....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Deskripsi Subjek.....	43
4.1.1 Gambaran Umum Subjek I (T).....	43
4.1.2 Gambaran Umum Subjek II (AS).....	44
4.2 Temuan Penelitian	45
4.2.1 Kehidupan Subjek I (T).....	45
4.2.2 Dimensi <i>Coping Stress</i> Subjek I (T).....	68

4.2.2.1 <i>Problem Focused Coping</i>	68
4.2.2.2 <i>Emotional Focused Coping</i>	70
4.2.3 Kehidupan Subjek II (AS)	72
4.2.4 Dimensi <i>Coping Stress</i> Subjek II (AS).....	95
4.2.4.1 <i>Problem Focused Coping</i>	95
4.2.4.2 <i>Emotional Focused Coping</i>	98
4.3 Dinamika Psikologi	100
4.3.1 Dinamika Psikologis Subjek I (T)	100
4.3.2 Dinamika Psikologis Subjek II (AS)	103
4.4 Pembahasan	107
4.4.1 Pembahasan Subjek I (T)	107
4.4.2 Pembahasan Subjek II (AS)	110
4.5 Keterbatasan Penelitian	115
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan.....	116
5.2 Implikasi	117
5.3 Saran	117
DAFTAR PUSTAKA	119
LAMPIRAN	121
RIWAYAT HIDUP	141

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	34
Tabel 4.1 Gambaran Umum Profil Subjek.....	45
Tabel 4.2 Rangkuman <i>Stressor</i> dan <i>Coping Stress</i> Subjek I (T)	114
Tabel 4.3 Rangkuman <i>Stressor</i> dan <i>Coping Stress</i> Subjek II (AS)	114

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 PEDOMAN WAWANCARA	121
LAMPIRAN 2 VERBATIM SUBJEK I (T)	126
LAMPIRAN 3 VERBATIM SUBJEK II (AS)	133